

Von Herzen

Kerstin Mühlmann

Schon wieder ein Geburtstag. Ich will eine Glückwunschkarte schreiben und sitze noch planlos davor. Was soll ich dem Geburtstagskind wünschen? Es hat schon, was es braucht und deutlich mehr Lebenserfahrung als ich.

Vielleicht schreibe ich von dem, was ich kürzlich im Interview mit einem berühmten Herz-Doc gelesen habe. Er hat gesagt: „Von 100jährigen habe ich zwei Dinge gelernt, die im Leben wirklich zählen: Erstens, Beziehungen pflegen. Arbeit, Familie, Nachbarn, Freunde, Gott. Weil Beziehungen wirklich glücklich machen. Im Gegensatz zu Urlauben und viel Geld. Und das Zweite: Reue vermeiden. Wenn du tief in dir spürst: das sollte ich in meinem Leben unbedingt noch tun, dann tu es.“ Der Arzt, der das gesagt hat, sieht täglich 80- und 90jährige, die ihm genau das immer wieder erzählen: Nicht hätte ich doch..., sondern machen. Dieses hätte, hätte sagt der Arzt, tut dem Herzen gar nicht gut.

Vielleicht schreibe ich deshalb auf die Geburtstagskarte: Ich wünsche dir, dass du immer von Freunden umgeben bist und anderen ein Freund sein kannst. Und ich bete für dich, dass du so leben kannst, dass du eines Tages ohne Reue zurückschauen kannst.